

УДК 796.015.83

Оксана Шинкарук,
shi-oksana@yandex.ua
Ірина Сиваш,
sport_management@ukr.net
Аліна Улан
sport_management@ukr.net

Особливості відбору дітей на початковому етапі спортивної підготовки

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Анотації:

Актуальність. У статті зазначено неможливість чіткого визначення здібностей на певному етапі розвитку людини, а так само їхню здатність до змін під впливом систематичних тренувань. Виявлення задатків у ранньому віці дасть змогу підвищити ефективність процесу відбору й орієнтації спортивної підготовки, багаторічного процесу спортивного вдосконалення. Це обумовлює здійснення комплексного підходу до спортивного відбору та орієнтації підготовки на всіх етапах багаторічного вдосконалення. Фахівці рекомендують виконувати відбір і спортивну орієнтацію на підставі генетичних маркерів, які уможливають визначення генетичних задатків дітей. Запропоновано новий підхід до пошуку найбільш обдарованих спортсменів, заснованих на вивченні їхніх генетично детермінованих задатків, одним із яких є функціональна асиметрія. **Мета досліджень** – розглянути особливості відбору дітей на початковому етапі підготовки в різних видах спорту та визначити узагальнені критерії відбору початківців. **Результати досліджень.** У статті розглянуто особливості відбору дітей на початковому етапі підготовки в різних видах спорту, визначено узагальнені критерії відбору початківців: стан здоров'я, фізичні, координаційні здібності, конституція тіла, психічний склад особистості, мотивація. **Висновки.** Рішення про залучення дитини до занять певним видом спорту

Оксана Шинкарук, Ирина Сиваш, Алина Улан. Особенности отбора детей на начальном этапе спортивной подготовки. **Актуальность.** В статье указана невозможность четкого определения способностей на определенном этапе развития человека, а также их способность к изменениям под влиянием систематических тренировок. Определение задатков в раннем возрасте позволит повысить эффективность как процесса отбора и ориентации спортивной подготовки, так и многолетнего процесса спортивного совершенствования. Это обуславливает осуществление комплексного подхода к спортивному отбору и ориентации подготовки на всех этапах многолетнего совершенствования. Специалисты рекомендуют осуществлять отбор и спортивную ориентацию на основании генетических маркеров, которые позволяют определить генетические задатки детей. Предложен новый подход к поиску наиболее одаренных спортсменов, основанных на изучении их генетически детерминированных задатков, одним из которых является функциональная асимметрия. **Цель исследования** – изучить особенности отбора детей на начальном этапе подготовки в различных видах спорта и определить обобщенные критерии отбора начинающих. **Результаты исследования.** В статье рассмотрены особенности отбора детей на начальном этапе подготовки в различных видах спорта, определены обобщенные критерии отбора начинающих: состояние здоровья, физические, координационные способности, конституция тела, психический склад личности, мотивация. **Выводы.** Решение о привлечении ребенка к занятиям определенным видом спорта

Oksana Shynkaruk, Iryna Sivash, Alina Ulan. Features of Children Selection at the Initial Stage of Sports Training.

The topicality of the article. The article shows the impossibility of a clear definition of the ability at a certain stage of human development, as well as their ability changes under the influence of systematic training. The potential identification at early age will improve the efficiency of the process of selection and orientation of sports training and long-term process of athletic improvement. The above-mentioned issues make it possible to conduct the complex approach to sports selection and orientation of training at all stages of long-term improvement. Experts recommended the selection and sports orientation is based on genetic markers that allow us to determine the genetic inclinations of the children. A new approach to finding the most talented athletes, based on the study of their genetically determined inclinations, one of which is functional asymmetry. **The purpose** of the research was to study peculiarities of selection of children at the initial stage of training in various sports and to determine generic criteria for the beginners' selection. **The results of the research.** In the article the peculiarities of selection of children at the initial stage of training in various sports, defined generalized selection criteria: health status, physical abilities, coordination abilities, body constitution, mental warehouse of the individual, motivation. **Conclusions.** The decision to bring the student to attend school in a certain sport should be based on a

повинно ґрунтуватися на комплексній оцінці. Особлива важливість комплексного підходу при відборі на початковому етапі обумовлена тим, що спортивний результат на цьому етапі практично не несе інформації про перспективність юного спортсмена.

должно основываться на комплексной оценке. Особая важность комплексного подхода при отборе на начальном этапе обусловлена тем, что спортивный результат на этом этапе практически не несет информации о перспективности юного спортсмена.

comprehensive assessment. The particular importance of an integrated approach in the selection at the initial stage due to the fact that athletic performance at this stage almost does not contain information about the prospects of a young athlete.

Ключові слова:

відбір, орієнтація, критерії, генетичні маркери, початковий відбір.

отбор, ориентация, критерии, генетические маркеры, начальный отбор.

Selection, orientation, criteria, genetic markers, and initial selection.

Вступ. Питання відбору, підготовки спортивного резерву та організації спортивної підготовки на початкових, а так само завершальних етапах кар'єри спортсмена сьогодні є центральною проблемою в теорії й методиці дитячо-юнацького спорту та спорту вищих досягнень. Великий інтерес до цієї проблеми пояснюється бурхливим зростанням спортивних результатів. Звідси виникає потреба пошуку обдарованих, талановитих дітей і юнаків, здатних до демонстрації високих спортивних результатів [3–4].

Неможливість чіткого визначення здібностей на певному етапі розвитку людини, а так само їхня спроможність до змін під впливом систематичних тренувань обумовлюють здійснення спортивного відбору й орієнтації підготовки на всіх етапах багаторічного вдосконалення [3].

У роботах вітчизняних фахівців широко розкрито тему спортивного відбору та орієнтації підготовки, ґрунтуючись на специфічних особливостях змагальної діяльності в обраному виді спорту. Так, у процесі спортивного відбору акробатів фахівці рекомендують спиратися на дані, отримані з допомогою тестування, які дають змогу оцінити різні сторони підготовленості тих, котрі займаються, їхні особистісні якості, сумісність із партнерами по команді й т. ін. Серед них – тести для оцінки психомоторних властивостей особистості спортсмена, сенсомоторної координації, властивостей нервової системи, моторного навчання, творчості, фізичного розвитку, фізичної та технічної підготовленості, компетентності й сумісності [5].

Ураховуючи той факт, що технічна підготовленість є одним з інформативних показників під час відбору акробатів, у роботах фахівців виявлено потребу врахування фактора симетрії-асиметрії під час орієнтації спортивної підготовки акробатів. Це обумовлено наявністю асиметрії нижніх кінцівок, яка негативно позначається на техніці виконання акробатичних елементів, зокрема кидків, що, зі свого боку, призводить до появи помилок. Це викликано асиметричним розподілом маси тіла на нижні кінцівки нижнього партнера, що так само зумовлює зміщення приземлення верхнього партнера. У деяких роботах показано можливість згладжування функціональної асиметрії під впливом систематичних тренувань, а також методику навчання технічних елементів, ураховуючи наявність фактора «симетрії-асиметрії».

У роботах Т. В. Нестерової, А. В. Українець [2] відзначено потребу врахування психофізіологічних особливостей гімнасток не лише в межах контролю за їх станом у процесі тренувальної та змагальної діяльності, але й під час відбору та прогнозування майбутніх результатів. До них відносять емоційність, чутливість, спритність, зосередженість уваги, координаційні здібності, просторову точність, вестибулярну стійкість, швидкість і точність рухової реакції.

М. С. Бриль визначає потребу комплексного підходу в процесі відбору в спортивних іграх. Він передбачає вивчення як психічних, так і соматичних характеристик кандидата, що дасть змогу не лише відібрати найбільш перспективних спортсменів, але й визначити їхнє ігрове амплуа [5].

Однак, за даними Е. Б. Сологуб, В. А. Таймазова, у 40–50 % випадків досвідчені тренери помиляються в прогнозуванні успішності окремих спортсменів, що обумовлює потребу здійснення відбору та спортивної орієнтації на підставі генетичних маркерів, які уможливають визначення генетичних задатків дітей. Фахівці стверджують, що у 5–6 років неможливо вказати на якості, що відповідають моделям спортсменів високої кваліфікації, оскільки вони ще недостатньо сформовані в дитячому віці. У зв'язку з цим науковці пропонують новий підхід до пошуку найбільш обдарованих спортсменів, заснованих на вивченні їхніх генетично детермінованих задатків, одним із яких є функціональна асиметрія [6]. Так, прояв вродженої ліворукості залежить від генетичних впливів (за його наявності в родичів) і від віку матері при народженні дитини (збільшується з віком матері). Крім того, генетично обумовлені задатки характеризуються відносно малою мінливістю, що підвищує їхню

прогностичну цінність. З іншого боку, багаторічне тренування й виховна робота сприяють їх своєчасному виявленню та цілеспрямованому вдосконаленню [7].

Отже, виявлення задатків у ранньому віці дасть змогу підвищити ефективність як процесу відбору й орієнтації спортивної підготовки, так і багаторічного процесу спортивного вдосконалення.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Роботу виконано відповідно до тематичного плану МОН України за темою 2.34. «Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців у різних видах спорту», № держ. реєстрації – 0114U001483.

Мета досліджень – дослідити особливості відбору дітей на початковому етапі підготовки в різних видах спорту та визначити узагальнені критерії відбору початківців.

Методи досліджень – аналіз науково-методичної літератури, даних Інтернету, систематизація та узагальнення, спостереження.

Результати дослідження. Дискусія. Існування різноманіття видів спорту розширює можливість індивіда досягти майстерності в одному з видів спортивної діяльності. Слабкий прояв властивостей особистості та якісних особливостей стосовно до одного виду спорту не може розглядатися як відсутність спортивних здібностей. Незначні ознаки в одному вигляді спортивної діяльності можуть виявитися сприятливими й забезпечать високу результативність в іншому виді спорту. У зв'язку з цим прогнозування спортивних здібностей можна здійснювати лише стосовно окремого виду або групи видів спорту, ураховуючи при цьому загальні положення, характерні для системи відбору.

Ефективність відбору дітей і підлітків до занять спортом залежить від можливості застосування комплексної методики виявлення схильностей (генетичних задатків) і здібностей, потрібних для оволодіння висотами спортивної майстерності.

Можна виділити загальні для всіх видів спорту фактори, від яких залежать спортивні досягнення та які можуть бути прийняті як критерії при визначенні спортивної придатності: стан здоров'я; фізичні (кондиційні) здібності; координаційні здібності; конституція тіла (статура); психічний склад особистості; мотивація.

1. Стан здоров'я визначається при комплексному обстеженні в лікарсько-фізкультурному диспансері.

2. Фізичні (кондиційні) здібності. Окремі сторони рухових можливостей людини визначають фізичні (рухові) якості.

3. Координаційні здібності. Координаційні здібності є підґрунтям оволодіння спортивною технікою. Високий рівень фізичної готовності в більшості видів спорту створює лише передумови для досягнення високих результатів. Для реалізації ж цих передумов потрібне якісне оволодіння технікою рухових дій, характерних для обраного виду спорту.

4. Конституція тіла (статура). При виборі виду спорту дуже важливо об'єктивно підійти до оцінки статури й можливих перспектив його зміни в дитини. Потрібно мати на увазі, що всі люди за характером своєї статури можуть належати до певного конституційного (або соматичного) типу. На практиці при спортивному відборі найчастіше використовують такі показники розмірів тіла, як довжина, маса, окружність грудної клітки; розміри окремих частин тіла: довжина тулуба, рук, ніг; обхват стегна, гомілки, плеча тощо. Для оцінки спортивної придатності доцільне визначення пропорцій тіла, насамперед співвідношення довжини тіла з довжиною кінцівок, ваги з ростом тощо.

5. Психічний склад особистості. Кожна людина має суто індивідуальне, неповторне поєднання психологічних особливостей. До них, насамперед, відносять особливості протікання психічних процесів, темперамент, характер, сукупність почуттів і мотивів діяльності. Усі ці особистісні якості значною мірою можуть визначати вибір спортивної спеціалізації. Важливе значення для психічного складу особистості в цілому мають типологічні особливості нервової системи. Основними показниками нервової системи є такі її властивості, як сила, рухливість, динамічність і врівноваженість. Властивості нервової системи безпосередньо впливають на низку факторів, які визначають успішність спортивної діяльності. Так, для ефективної швидкісної роботи необхідні певні умови, а саме: є висока рухливість нервових процесів, переважання збудження над гальмуванням. Спритність особливо виявляється у видах спорту зі швидкою зміною ситуацій, немислима без високого ступеня рухливості нервових процесів. Урахування типологічних особливостей нервової системи дитини, темпераменту має велике значення при виборі спортивної спеціалізації. Суттєвого ж впливу на вроджені властивості нервової системи заняття спортом не мають. Що стосується рис характеру, то вони формуються в дитини в процесі життя, тобто вже в період, який передує заняттям спортом. Тому схильність дитини до того чи іншого виду спорту за характерологічними особливостями можна й

потрібно діагностувати вже на ранніх етапах спортивного відбору. Наявні риси вдосконалюватимуться надалі в процесі спортивної діяльності. Формувати риси характеру, потрібні для того або іншого виду спорту, із нуля досить проблематично.

6. Мотивація – це усвідомлена причина активності людини, спрямована на досягнення певної мети. Потреби, що лежать в основі мотивації, яка спонукає до занять спортом, а далі – до напружених тренувань, можуть бути різними, часто відомими лише самому спортсменові. Це й прагнення бути сильним, мужнім; набутти певних умінь і навичок; постояти за себе й близьких; підвищити свій соціальний статус, матеріальний добробут тощо. У біологічному аспекті мотивами можуть виступати зміцнення здоров'я, покращення статури, розвиток фізичних якостей, в основі мотивації тут лежить прагнення до вдосконалення у фізичному плані. Психологічний мотив може проявлятися у прагненні бути мужнім, сміливим; у бажанні володіти такими рисами характеру, як наполегливість, воля. Соціальні мотиви можуть проявлятися в тому, щоб бути схожим на відомого спортсмена, бути привабливим для осіб протилежної статі, бути просто не гіршим за інших. Сама по собі стійка мотивація може виявитися потужним механізмом, який компенсує недостатній рівень підготовленості з іншим, визначає успішність спортивної діяльності факторів.

Висновки та перспективи подальших досліджень. За результатами досліджень можна зробити такі висновки: рішення про залучення дитини до занять певним видом спорту повинно ґрунтуватися на комплексній оцінці. Особлива важливість комплексного підходу при відборі на початковому етапі обумовлена тим, що спортивний результат на цьому етапі практично не несе інформації про перспективність юного спортсмена. Критеріями визначення спортивної придатності є стан здоров'я, фізичні, координаційні здібності, конституція тіла, психічний склад особистості, мотивація.

Джерела та література

1. Бриль М. С. Индивидуализация в спортивных играх: трудности, опыт, перспективы / М. С. Бриль // Теория и практика физ. культуры. – 2001. – № 5. – С. 32–33.
2. Нестерова Т. В. Методы психофизиологического тестирования при отборе спортсменок в команды для участия в соревнованиях по художественной гимнастике / Т. В. Нестерова, А. В. Украинец // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта / ред. С. С. Ермаков ; ХХПІ. – Харьков, 2005. – № 17. – С. 73–77.
3. Семёнов А. А. Определение спортивной пригодности детей и подростков: биологические и психолого-педагогические аспекты : учеб.-метод. пособие / А. А. Семёнов. – М. : Сов. спорт, 2005. – 142 с.
4. Сиваш І. Педагогічні технології в підготовці гімнасток у групових вправах художньої гімнастики / І. Сиваш // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. – Вип. 19, т. 2. – ВНПУ, 2015. – С. 359–364.
5. Сологуб Е. Б. Спортивная генетика : учеб. пособие / Е. Б. Сологуб, В. А. Таймазов. – М. : Терра-Спорт, 2000. – 127 с.
6. Яковенко Е. О. Определение информативных критериев отбора и их значимости для формирования экипажей в гребле академической на этапе подготовки к высшим достижениям / Е. О. Яковенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Х., 2013. – № 2. – С. 39–43.

References

1. Bril' , M. S. (2001). Individualizacija v sportivnyh igrah: trudnosti, opyt, perspektivy [Individualisation in games: hurdles, experience and perspectives]. Teorija i praktika fiz. kul'tury. 5, 32–33.
2. Nesterova, T. V. (2005). Metody psihofiziologicheskogo testirovanija pri otbore sportsmenok v komandy dlja uchastija v sorevnovanijah po hudozhestvennoj gimnastike [Methods of physiological testing by the selection of athletes in teams for the participation of contests in gymnastics]. Pedagogika, psihologija i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoi kul'tury i sporta. HHPI. – Har'kov, 17, 73–77.
3. Semjonov, A. A. (2005). Opredelenie sportivnoj prigodnosti detej i podrostkov: biologicheskie i psihologopedagogicheskie aspekty : ucheb.-metod. Posobie [Sport aptitude determination of children and teens: biological and psychology-pedagogical aspects]. – M. : Sovet. Sport.
4. Syvash, I. (2015). Pedahohichni tehnolohiyi v pidhotovci himnastok u hrupovykh vpravakh xudozhn'oyi himnastyky [Pedagogical technologies in gymnastics preparedness in artistic gymnastics]. Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ya nacyi: zb. nauk. pr. 19, 359–364.
5. Sologub, E. B. (2000). Sportivnaja genetika: ucheb. posobie [Sport genetics]. M. : Terra-Sport
6. Yakovenko, E. A. (2013). Opredelenie informativnykh kriteriev otbora i ih znachimosti dlja formirovaniya jekipazhej v greble akademicheskoi na jetape podgotovki k vysshim dostizhenijam [Determination of the informative criteria for the selection and their significance for the formation of crews in rowing at the stage of preparation to higher achievements]. Slobozhanskyi scientific sports Herald. – Kharkiv. 2, 39–43.

Інформація про авторів:

Шинкарук Оксана; <http://orcid.org/0000-0002-1164-9054>; shi-oksana@yandex.ua; Національний університет фізичного виховання і спорту України; вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03680, Україна.

Сиваш Ірина; <http://orcid.org/0000-0002-1008-0361>; sport_management@ukr.net; Національний університет фізичного виховання і спорту України; вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03680, Україна.

Улан Аліна; <http://orcid.org/0000-0003-4915-7394>; sport_management@ukr.net; Національний університет фізичного виховання і спорту України; вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03680, Україна.

Information about the Authors:

Shynkaruk Oksana; <http://orcid.org/0000-0002-1164-9054>; shi-oksana@yandex.ua; National University of Physical Education and Sport of Ukraine; 1 Physical education Street, Kiev, 03680, Ukraine.

Sivash Iryna; <http://orcid.org/0000-0002-1008-0361>; sport_management@ukr.net; National University of Physical Education and Sport of Ukraine; 1 Physical education Street, Kiev, 03680, Ukraine.

Ulan Alina; <http://orcid.org/0000-0003-4915-7394>; sport_management@ukr.net; National University of Physical Education and Sport of Ukraine; 1 Physical education Street, Kiev, 03680, Ukraine.

Стаття надійшла до редакції 25.04.2016 р.